

# Bewegen bij en na kanker

Fysiotherapiepraktijk  
Saedt - Daanen



Fysiotherapie Saedt - Daanen

Schaafdries 8

5371 NJ Ravenstein

T 0486-413426

fysiotherapie@schaafdries.nl

www.schaafdries.nl/indexfysio.htm

## BEWEGEN BIJ EN NA KANKER

EDUCATIEF

&

VERANTWOORD

SPORTEN

Fysiotherapie gezondheidscentrum  
de Schaafdries



**Als u de diagnose kanker te horen krijgt staat uw leven even stil, daarna komt u in een stroomversnelling terecht en hebt u vaak het gevoel dat u geleefd wordt en het niet meer allemaal in de hand hebt.**

Juist om weer de regie over het eigen leven op te kunnen pakken is gaan bewegen een goed middel. Daarnaast wordt je in het dagelijks leven geconfronteerd met de gevolgen van de behandelingen die gegeven zijn, zoals vermoeidheid en conditie en krachtsverlies, die het terugnemen van de regie over je eigen leven niet altijd eenvoudig en gemakkelijk maken.

Het is prettig dit “gaan bewegen” op te kunnen pakken onder begeleiding van een in de oncologie gespecialiseerde fysiotherapeut. Er wordt op uw maat een revalidatieprogramma gemaakt. Uw klachten staan hierin centraal. Het doel is het verbeteren van de kwaliteit van leven en de dagelijkse activiteiten. De oncologisch fysiotherapeut kan door specifieke kennis van alle processen rondom oncologie, vaak goed inschatten waar u nu juist tegenaan loopt.

De eerste keer is er aandacht voor uw problemen. Daarnaast wordt uw spierkracht en conditie gemeten. Het eerste trainingstraject zal 3 maanden duren waarbij de

individuele begeleiding afhankelijk van de behoefte 1 of 2 maal per week zal zijn. Na deze 3 maanden zullen we evalueren en een inventarisatie maken van de behoeften die er dan zijn.

In een latere fase is er de mogelijkheid om in te stromen bij het fysiofitnessprogramma wat hier in de praktijk ook aangeboden wordt en door een fysiotherapeut begeleid wordt.

De vergoeding van dit programma is afhankelijk van de zorgverzekeraar en / of de aanvullende verzekering en van de gestelde diagnose door de specialist of huisarts. De meeste mensen uit deze groep komen voor vergoeding uit de hoofdverzekering in aanmerking vanaf de 21e fysiotherapiebehandeling.



U kunt zich melden bij de balie of neem vrijblijvend contact op met onze fysiotherapiepraktijk in gezondheidscentrum “de Schaafdries” op nummer 0486-413426. Of mail naar: [fysiotherapie@schaafdries.nl](mailto:fysiotherapie@schaafdries.nl)

Annelies Dijkhuis  
Fysiotherapeute

